

# Emociones y poder desde una perspectiva sentipensante

## *Emotions and Power from a Sentipensante Perspective*

**Alejandro Robayo Corredor**

Universidad Nacional de Colombia, Bogotá D.C., Colombia

farobayoc@unal.edu.co

<https://orcid.org/0000-0001-8379-8115>

ARTÍCULO DE REFLEXIÓN

**Fecha de recepción:** 30 de marzo 2021 · **Fecha de aprobación:** 6 de julio de 2021

**DOI:** <https://doi.org/10.15446/cp.v16n31.97870>

**Cómo citar este artículo:**

**APA:** Robayo Corredor, A. (2021). Emociones y poder desde una perspectiva sentipensante. *Ciencia Política*, 16(31), 41-71.

**MLA:** Robayo Corredor, A. (2021). "Emociones y poder desde una perspectiva sentipensante". *Ciencia Política*, 16.31 (2021): 41-71.



Este artículo está publicado en acceso abierto bajo los términos de la licencia Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-SinObraDerivada 2.5 Colombia.

### Resumen

En este artículo se desarrolla una propuesta teórica para comprender la relación entre las emociones y el poder. Para este propósito, se elabora una definición de las emociones a partir del concepto de “sentipensar” y de su relación con los marcos culturales dominantes. Al ser producidas en medio de las luchas por el sentido predominante en una sociedad y ser una manifestación internalizada de este conflicto, las emociones son profundamente políticas. Por esta razón, tienen un carácter doble: son constituidas por el poder y, a la vez, son constituyentes de este. El poder influye a las emociones en su producción, conservación, expresión y transformación. A su vez, las emociones producen subjetividades que pueden ser funcionales a la dominación o a la resistencia. Por esta vía, facilitan o dificultan el ejercicio del poder.

*Palabras Clave:* emociones; marco cultural; poder; sentipensar; subjetividad.

### Abstract

This article proposes a theoretical framework to understand the relationship between emotions and power. For this purpose, a definition of emotions is elaborated from the concept of *sentipensar* and from the consideration of their relationship with the dominant cultural frameworks. In this way, being produced in the middle of struggles for the predominant meaning in a society and being an internalized manifestation of this conflict, emotions are deeply political. In this sense, they have a double character: they are constituted by power and, at the same time, are constituent of it. Power influences emotions in their production, conservation, expression, and transformation. Simultaneously, emotions produce subjectivities that can be functional to domination or resistance and, in such a way, facilitate or hinder power.

*Keywords:* Cultural Framework; Emotions; Power; *Sentipensar*; Subjectivity.

## Introducción

La mirada acusante frente a una pareja homosexual que se toma de la mano en la calle; la incertidumbre por el futuro ante un desempleo en alza y las crecientes crisis económicas; la calificación de las protestas por el asesinato de un afroamericano como “promoción del odio racial”; la reivindicación de la “digna rabia” como motor de la acción colectiva; y la caracterización de cualquier acto violento como terrorismo: las emociones están en medio de un escrutinio permanente en nuestra vida diaria y muchas veces, inadvertidamente, en el centro del debate político. ¿Qué emociones están permitidas y cuáles prohibidas en los espacios públicos? ¿Cuáles en los espacios privados? ¿Qué sujetos deben reprimir sus afectos y qué otros los pueden expresar? ¿Qué debemos hacer con los sentimientos que experimentamos a diario sobre el mundo, sobre otros-as y sobre nosotros-as mismos-as? ¿Quién realiza esta serie de prescripciones sobre nuestras emociones? ¿Es posible cambiar estas reglas?

La clave para responder a estas preguntas y para comprender el conjunto de expectativas sociales que se tejen sobre nuestros afectos está en la relación entre las emociones y el poder. Heaney (2011) ha caracterizado esta relación como la de dos mellizos conceptuales. Ambos términos tienen una coincidencia de orígenes y son centrales para comprender la vida social y política, pero han tenido trayectorias de reflexión diferenciadas. De esta manera, mientras que el poder ha ocupado gran parte de las preocupaciones de la filosofía, la sociología y la ciencia política, las emociones han sido tomadas en cuenta seriamente solo hasta hace algunas décadas. Paralelamente, mientras que los teóricos del poder (con la excepción de Norbert Elías y de algunos desarrollos de Michel Foucault) le han dado poco espacio y reconocimiento a las emociones, quienes han elaborado marcos teóricos para la comprensión de las emociones como fenómenos sociales, especialmente en la denominada sociología de las emociones, han construido puentes más sólidos con el poder y su influencia en la modelación de las emociones (Heaney, 2011).

Especialmente, la propuesta de Kemper (2001) aborda esta relación desde un enfoque estructuralista. Para Kemper (2001), las emociones son derivaciones de los resultados reales, anticipados, recordados o imaginados de las relaciones de poder y estatus entre diferentes actores. De tal manera, se pueden predecir las emociones resultantes de diversos escenarios en los que pueden variar o mantenerse fijos el poder y el estatus propio y ajeno. En este caso, las emociones son tratadas exclusivamente como productos de las relaciones de poder y estatus, como variables dependientes

de estas relaciones, lo que no permite comprender cómo las emociones son también elementos necesarios para el ejercicio del poder. A la vez, esta teoría es profundamente ahistórica y acultural, en cuanto las predicciones sobre los resultados emocionales de estos escenarios son postuladas de manera universal, pues no se conciben las posibles transformaciones en el tiempo y la variación de estos resultados entre culturas diferentes.

En este artículo formulo una propuesta teórica para abordar la relación entre las emociones y el poder que no padezca de los problemas señalados y que ofrezca una comprensión más amplia, abierta y flexible de este fenómeno. Para esto, retomo los principales aportes teóricos de la sociología de las emociones y de autores como Norbert Elías, Martha Nussbaum y Adrian Scribano. Por medio de estas perspectivas, podremos comprender a las emociones como elementos que no solo son formados en los procesos de socialización, sino que también permiten la resistencia de los individuos y los colectivos en las relaciones de poder. Para lo anterior es fundamental construir una definición de las emociones que permita entender cómo son modeladas por el orden social, así como una definición multidimensional del poder que permita que los propios actores tengan agencia sobre su mundo emocional. Todo esto es posible solo bajo la condición de que se abandone la dicotomía moderna entre emociones y razón. Para esto, recorro al concepto de “sentipensar” del sociólogo colombiano Orlando Fals Borda, ya que nos proporciona la articulación definitiva entre el carácter cognitivo de las emociones y su dimensión corporal.

Con este panorama en mente, el artículo está dividido en tres partes: en la primera (1), desarrollo el concepto de sentipensar; en la segunda (2), elaboro una definición de las emociones, a partir de dicho concepto, que considera simultáneamente su naturaleza sensible y cognitiva. Finalmente, en la tercera parte (3) abordo el vínculo entre esta concepción de las emociones y las relaciones de poder.

## 1. ¿Qué es el sentipensar?

El racionalismo occidental predominante separó dos aspectos fundamentales de la vida: la razón y las emociones. Guerrero (2010) denominó a esta escisión de nuestra experiencia como la colonialidad de la afectividad, en cuanto se constituye a la razón como el rasero para medir el mundo y como la guía para el progreso de la humanidad. En este sentido, el

racionalismo hegemónico erigió a la razón como la única herramienta válida para comprender la realidad y la constitución de lo humano. Como contraparte, las emociones –y todo aquello que fuera denominado como un impulso corporal– quedaron relegadas a ser elementos que debían ser suprimidos, inhibidos o controlados para alcanzar el ideal del dominio racional del mundo. Las emociones se constituyeron en lo esencialmente “otro” de la razón, en una alteridad peligrosa, una bestia que debía ser domada por el intelecto, lo que se evidencia en perspectivas como la del famoso mito del auriga de Platón o en la idea cartesiana del adiestramiento de las pasiones por la voluntad (Descartes, 1997).

Si bien las emociones estuvieron presentes como elementos secundarios en algunas de las principales teorías sociológicas, han sido redescubiertas en las últimas décadas, producto de la recuperación de una tradición de pensamiento que las valoraba desde su complementariedad con la razón.<sup>1</sup> Este “giro emocional” se relacionó con un cambio en la concepción sobre las emociones y los afectos derivado de algunos desarrollos en diversas ciencias sociales (como la sociología y la antropología) y ciencias naturales (Lara y Domínguez, 2014). Uno de los motores de este cambio de concepción fue el desarrollo del debate sobre los vínculos entre las emociones y los procesos cognitivos en la psicología y parte de la filosofía, del cual se derivaron algunos hallazgos en la neurología (LeDoux, 1999). En los últimos años ha crecido la preocupación por el lugar que las emociones ocupan en diferentes campos hasta ahora construidos exclusivamente sobre el culto a la razón (Maíz, 2010).

Siguiendo el curso de esta corriente reciente y ante el hiperracionalismo, constituyente de nuestros conocimientos y saberes, se hace necesario entender en su integralidad a los seres humanos y las acciones que desarrollan. La hegemonía de la razón ha fragmentado la condición de nuestra humanidad al desconocer que no solo somos seres racionales, sino también sensibilidades actuantes (Guerrero, 2010). Es decir, que tanto nuestra capacidad racional como nuestras emociones guían nuestro comportamiento. Por lo anterior, es necesario plantear un marco que nos permita comprender desde otra perspectiva la relación entre lo cognitivo y lo sensible. Mientras continuemos considerando a las emociones como algo meramente corporal o meramente cognitivo (como ha sido el caso de algunos enfoques en la filosofía), no podremos comprender cuál es su

---

1 Dentro de esta tradición podría ubicarse el pensamiento de Aristóteles y Spinoza (Camps, 2011).

influencia real en las relaciones de poder y cómo su internalización forma a los sujetos. He ahí la importancia de una perspectiva que nos permita rescatar la indivisibilidad de lo humano, esta imbricación de lo racional y lo emocional en nuestro ser. El concepto de “sentipensar” es la clave para esta labor, puesto que justamente nos permite romper con el pensamiento dicotómico occidental y dejar atrás la concepción de que la razón inicia donde terminan las emociones y viceversa.

*Sentipensar* es un concepto que acuñó el sociólogo colombiano Orlando Fals Borda con el fin de denotar la manera como ciertos sujetos sociales actúan sin separar la razón de sus emociones. Originalmente, fue una noción que aprendió de un pescador en una de sus investigaciones en el departamento de Sucre, ubicado en la costa caribe colombiana. A pesar de la potencia explicativa de este concepto, no fue elaborado por el mismo Fals Borda y ha trascendido a ser una idea general cuyas implicaciones han sido poco analizadas. Por esta razón, en este apartado construyo una propuesta que desarrolla más detalladamente el concepto y que nos brinda una base más sólida para la definición de las emociones que se planteará más adelante.

El sentipensar denota la unidad intrínseca entre sentir y pensar, lo que implica un giro fundamental con respecto a buena parte de la tradición filosófica occidental que se desarrolló sobre la idea de que sentir y pensar eran facultades diferentes. Por el contrario, este concepto nos permite entender al sentir y al pensar no como dos actividades independientes, sino como dos momentos de una misma capacidad. Así, sentipensar es la capacidad para aprehender impresivamente (por medio de los sentidos) la realidad. Así, es lo mismo que el filósofo español Xavier Zubirí denominó inteligencia sentiente, de cuya conceptualización se deriva el grueso de las ideas básicas –con algunas innovaciones– que se presentan a continuación (Zubirí, 1980, 1982, 1983; Robayo, 2019).

Aprender la realidad es un “hacer presente” lo real (Zubirí, 1980), significa captar el mundo, algo así como un “darse cuenta” de lo que existe. Esta aprehensión está constituida por dos momentos fundamentales: el sentir y el pensar. El sentir es el momento por el cual se capta un objeto<sup>2</sup> por medio de los sentidos: aquí se aprehende el contenido del objeto (su forma, su color, su olor, etc.). El pensar, por su parte, es el momento en que se capta el carácter de realidad del objeto, es decir, su autonomía

---

2 Aquí objeto denota cualquier tipo de realidad, no solo una cosa inanimada, sino también seres vivos, hechos, relaciones, entre otros.

con respecto a quien aprehende. En el sentir, experimentamos el mundo de manera corporal, pues la realidad es captada por medio de nuestros sentidos. De esta forma, en el sentir, lo que aprehendemos queda en nosotros como sensaciones corporales. El pensar permite que dichas sensaciones corporales no queden como meros estímulos, como simples insumos de entrada que producen respuestas de salida automáticas, sino que le permite al sujeto aprehensor darse cuenta de la realidad de lo que ha aprendido sensiblemente. Dicho de otro modo, permite que las sensaciones corporales capten lo real, la existencia de lo aprehendido por sí mismo. Esta existencia por sí mismo del objeto aprehendido, así como su contenido, quedan como ideas en el momento del pensar.

El sentir y el pensar, entonces, son dos momentos analíticos de una unidad intrínseca, pues las ideas del momento del pensar solo se producen a partir de las sensaciones del momento del sentir. Por esto, se trata de un pensar sensible.<sup>3</sup> A su vez, las sensaciones del momento del sentir solo captan la realidad de lo aprehendido en tanto se dan en un sujeto que piensa, por esa razón, es un sentir pensante.<sup>4</sup>

El sentipensar se diferencia de lo que Zubirí llamó como inteligencia concipiente (Zubirí, 1980), concepto según el cual la inteligencia “inteligente” lo dado por los sentidos. De manera más simple, en la inteligencia concipiente el sentir da al pensar el material básico para que sea procesado. Así, no solo se afirma la separación de ambos momentos, sino que sería el pensar el que verdaderamente capta lo que es la realidad. En el sentipensar, por el contrario, no es el sentir el que le da al pensar un material para ser procesado, sino que hay una unidad entre ambos momentos, una dependencia estructural. Solo se puede pensar por la impresión de los sentidos que captan datos sobre el mundo y, por ende, cualquier forma de pensamiento es sentiente en su esencia. Igualmente, es solo gracias a que el pensamiento capta la realidad, que es posible decir que el sentir permite aprehender la existencia de los objetos por sí mismos: pensamos sintiendo y sentimos pensando. Ambos momentos son inseparables, ambos captan la riqueza de lo real y necesitan el uno del otro para poder aprehender la realidad.

Existen diferentes grados de elaboración de las ideas y las sensaciones del sentipensar, diferentes niveles de cómo captamos el mundo. Así, existe una aprehensión primordial en la que, por medio de los sentidos,

---

3 En los términos de Zubirí, una intelección sentiente (Zubirí, 1980).

4 En los términos de Zubirí, un sentir intelectual (Zubirí, 1980).

se capta el contenido del objeto y su carácter de real. El contenido captado en esta aprehensión primordial, a pesar de su riqueza, resulta insuficiente para determinar plenamente lo que la realidad es. Por esto, la realidad nos impele a volver sobre ella para aprehenderla más profundamente. El sentipensar se caracteriza entonces por volver sobre sí mismo para enriquecer el contenido de lo ya captado en aprehensión primordial, por ser reflexivo. Así, se reactualiza la realidad con ideas y sentires diferentes que captan nuevos elementos de lo aprehendido primariamente. Las nuevas aprehensiones nos proporcionan nuevos datos del objeto, no solo sobre lo que es en sí mismo, sino también con respecto a otros objetos; en su relación con otras partes del mundo (Zubirí, 1982, 1983) y, como veremos en el caso de las emociones, con relación al propio sujeto aprehensor. Estas aprehensiones son diferentes tipos de sentipensar. Por esta razón, debemos considerar al sentipensar como una capacidad dinámica que nos mueve a aprehender el mundo cada vez de manera más profunda.

Las sensaciones e ideas que se producen en el sentipensar son incorporadas como disposiciones presentes y futuras con las que se realizan nuevas aprehensiones de la realidad. Ambos elementos quedan en la memoria como recursos a los que el sujeto acude cuando debe enfrentar nuevas situaciones de aprehensión. Esta incorporación se puede dar en diferentes grados y puede transformarse en el tiempo de acuerdo con nuevas experiencias de aprehensión.

Para aclarar todo lo anterior, veamos un ejemplo: voy caminando por la calle y de repente me encuentro con un animal. Puedo ver que es pequeño, tiene cuatro patas, pelo por todo su cuerpo, una cola larga, orejas puntiagudas, hocico alargado y no para de jadear con su lengua afuera ante el calor inminente. Estas características me llevan a señalar que este animal es un perro. Solo puedo llegar a esta conclusión a partir de aprehensiones anteriores, que quedaron como ideas y sensaciones, las cuales me han conducido a asociar un determinado conjunto de cualidades que capto con mis sentidos con este concepto de “perro”. Ahora bien, si siempre que me encuentro con un perro este mueve la cola como signo de alegría y busca mis caricias, voy a aprehender que este ser además de ser peludo, de cuatro patas, de hocico alargado, etc., es amigable. Aprehendo a los perros como seres amigables y mientras más perros se comporten de esta manera hacia mí, más profundamente va a quedar incorporada esta aprehensión de que los perros son amigables. Sin embargo, si algún día accidentalmente piso la cola de un perro y este me muerde, voy a

aprender que no todos los perros son amigables. Solamente a partir de esta nueva experiencia, en la que aprehendí al perro con otro modo de sentir, es que se vio enriquecido el concepto de lo que los perros son: ya no solo son amigables, sino también son peligrosos. Así, el contenido de la aprehensión primordial, en la que reconozco lo que un perro es, se ha visto enriquecida por aprehensiones posteriores que modifican la manera como un objeto aprehendido (el perro) queda en mí.

Ahora bien, para los propósitos de este artículo, es fundamental señalar que el sentipensar está condicionado por elementos estructurales que limitan esta capacidad y que, en últimas, demarcan sus posibilidades de aprehensión. La realidad no está completamente abierta a la aprehensión, lo cual es un aspecto no elaborado por Zubirí. Lo que podemos aprehender está demarcado por estructuras que adquieren su perdurabilidad de los resultados de las relaciones de poder de un conjunto social determinado. Estos condicionamientos restringen parcialmente qué podemos sentipensar, qué elementos de la realidad podemos aprehender y cómo los incorporamos. Más específicamente, estos condicionamientos estructurales se convierten en prescripciones sobre qué, cómo, cuándo y dónde sentipensamos como sentipensamos. Estas prescripciones son lo que Scribano (2013) ha denominado “dispositivos de regulación de las sensaciones”, los cuales son esquemas perceptuales que configuran las maneras en las que el mundo es aprendido, clasificado y seleccionado. Dichos esquemas son impuestos por unos actores sobre otros con el fin de entablar y mantener relaciones de dominación por medio de la manera en la que los subordinados aprehenden el mundo. En este sentido, se trata de lo que la teoría gramsciana denota con la noción de hegemonía, para hacer referencia al proceso mediante el cual un grupo social particular –o una clase, en los términos de Gramsci (1999)– gana una posición de dirección política e ideológica al volver predominantes sus ideas, sus valores, sus intereses y, cabe agregar, sus emociones. Es decir, transformando su propia visión de mundo en el sentido común del sistema cultural dominante.

La visión hegemónica de la realidad influye en todos los ámbitos de la vida de los subordinados y en lo que Scribano denomina políticas de los cuerpos/emociones. Estas políticas fijan categorizaciones sobre los cuerpos, las distancias entre ellos, cómo sus energías están disponibles para otros y cómo crean sensibilidades que facilitan o dificultan el ejercicio del poder para unos/-as o para otros/as (Scribano, 2013). En el marco de una sociedad patriarcal, por ejemplo, los cuerpos de los individuos

son clasificados en un sistema binario de los sexos (macho/hembra) y del género (hombre/mujer). A su vez, se impone a estos cuerpos el régimen de una heterosexualidad obligatoria que regula las relaciones entre estos y normaliza ciertos vínculos, como las relaciones afectivas entre hombres y mujeres; mientras veta otros, como las relaciones afectivas homosexuales.

En el marco de este esquema, que se muestra como la forma natural como funciona el mundo, las sexualidades disidentes o los cuerpos que divergen del binarismo son subalternizados, al ser considerados como una degeneración del orden social normal. Esta subalternización puede ser incorporada por estos sujetos, quienes pueden terminar entendiendo su propia existencia (incluyendo sus gustos, su cuerpo, sus maneras, etc.) como algo aberrante que necesita ser corregido para adaptarse al correcto funcionamiento del mundo. Así, la interiorización de un esquema patriarcal del mundo como base del sentipensamiento puede mantener a los sujetos atados al orden social dominante.

Los esquemas hegemónicos de aprehensión de la realidad, que son transmitidos cultural y materialmente –y que se hacen cuerpo y sensibilidades–, se constituyen en una serie de elementos de partida con los cuales los sujetos cuentan para sentipensar. Estas posibilidades son disímiles entre los grupos sociales, por lo que existen diferentes sentipensares en una misma sociedad. Las diferencias están directamente relacionadas, aunque no determinadas, con la posición que se ocupa en las relaciones de poder (influenciada por marcadores de clase, raza, sexo, género, entre otros), de donde se derivan diversas maneras de sentir y de pensar que aprehenden realidades distintas.

Uno de los ejemplos más claros de estas diferencias de partida, tiene que ver con las desigualdades en el acceso al sistema educativo. En el campo de la educación se provee a los individuos de diferentes recursos para aprehender el mundo. Si existen desigualdades entre diferentes segmentos sociales, que se traducen en que unos puedan acceder al sistema educativo y otros no o que unos reciban una mejor educación que otros, la distribución de las posibilidades de aprehensión será necesariamente desigual entre estos grupos. Por ende, es de esperarse que estos desarrollen capacidades de sentipensar distintas.

Por todo lo anterior, sentipensar es una capacidad condicionada socialmente. Aprehendemos la realidad dentro de las condiciones que nos imponen los dispositivos de regulación de las sensaciones y dentro de las posibilidades de las condiciones materiales de vida, lo que no quiere decir que los límites y las posibilidades sean inquebrantables e

inalterables. Los sujetos tienen una autonomía relativa con respecto a estos límites y posibilidades. Romperlos y alterarlos es precisamente uno de los objetivos de las resistencias dentro de las relaciones de poder. Por eso, las resistencias son productoras de nuevas posibilidades de sentipensar, lo que se abordará en la tercera parte. Por ahora y una vez aclarado lo que es el sentipensar, concentrémonos en el papel de las emociones en esta capacidad.

## 2. Las emociones desde una perspectiva sentipensante

Hasta aquí hemos visto que el sentipensar, como aprehensión impresiva de realidad, denota la unidad intrínseca entre el sentir y el pensar. En esta parte nos preguntaremos, entonces, por el papel de las emociones en este acto de aprehensión de la realidad. A pesar de su importancia, Zubirí no contempló ningún lugar para las emociones dentro de su teoría, lo que implica un vacío sustancial. Las emociones son una de las maneras más directas por las que el mundo afecta y queda en quien aprehende. Por eso, es necesario desarrollar algunos elementos conceptuales que le otorguen a las emociones un lugar en esta capacidad y que nos permitan entenderlas como sentipensamientos.

Partiendo de lo que se ha definido como sentipensar, no es posible definir a las emociones exclusivamente en términos del sentir y de lo corporal, como comúnmente suele hacerse. Por el contrario, debemos entender cómo el momento del pensar también las estructura, lo que nos obligará a recoger los avances del denominado “enfoque cognitivo de las emociones”. Al final, podremos llegar a una concepción que refleje la unidad intrínseca de los dos momentos de aprehensión de la realidad y que nos posibilite comprender su vínculo con las relaciones de poder.

Nuestras emociones son productos del sentir. Más arriba, señalamos que el sentir es el momento en el cual se capta un objeto por medio de los sentidos. ¿Qué se siente en las emociones? Como hemos visto, la realidad. En esta dirección, como todos los productos del sentir, las emociones quedan como sensaciones corporales. ¿Esto quiere decir que todas las sensaciones corporales son emociones? No, este es un punto que es vital aclarar. Por lo general, las emociones han sido un paraguas bajo el cual se agrupan todos los productos del sentir. Por ejemplo, desde la teoría de los movimientos sociales, Jasper (2013) realiza una clasificación de las emociones en cinco grupos fundamentales:

- a. Pulsiones: son fuertes impulsos corporales como el deseo, la necesidad de dormir o defecar. Pueden interferir con la acción coordinada por lo que los organizadores de los movimientos sociales intentan controlarlas.
- b. Emociones reflejas: reacciones al entorno físico y social inmediato, que se manifiestan y se aplacan rápidamente; además, se acompañan de expresiones faciales y cambios corporales. Suelen ser el paradigma de las emociones más estudiado.
- c. Estados de ánimo: carecen de un objeto directo y tienen una larga perdurabilidad en el tiempo. Condicionan las emociones reflejas y al mismo tiempo pueden ser modificados por estas.
- d. Lealtades u orientaciones afectivas: son apegos y aversiones de larga duración, basados en elaboraciones cognitivas sobre los otros. También son de larga duración.
- e. Emociones morales: son sentimientos de aprobación o rechazo basados en intuiciones o principios morales. Están fuertemente ligados a lo que se considera correcto o incorrecto (Jasper, 2013).

Desde esta perspectiva, las emociones agruparían desde las ganas de defecar hasta lo que conocemos como depresión. Así, “emoción” sería un amplio concepto que se refiere a un conjunto extenso de sensaciones corporales. Esto es lo que en parte ha dificultado una comprensión de las emociones en su unidad intrínseca con los procesos racionales. Por este motivo es que, si queremos entender el papel de las emociones en el sentipensar, debemos replantear sus límites al encontrar un concepto que nos permita diferenciar entre fenómenos tan diferentes como el amor y el hambre.

Ya hemos dicho algo sobre lo que las emociones son: un tipo específico de sensaciones corporales. ¿Cuál es su especificidad entonces? Las emociones se caracterizan esencialmente por ser originadas en creencias y valoraciones del mundo. Esto las diferencia de otras sensaciones corporales como las producidas al quemarse, pincharse, golpearse, etc.; o de aquellas generadas por necesidades fisiológicas, denominadas pulsiones y más vinculadas con los impulsos. Esto de ninguna manera debe interpretarse como una negación de la importancia que este tipo de sensaciones tiene para la aprehensión de la realidad, ni quiere decir que estén al margen de la cultura. Tampoco quiere decir que las creencias y valoraciones no tengan influencia en la manera como son experimentadas. Sin embargo, la diferencia fundamental radica en que, a diferencia de

las emociones, su fuente no son las creencias y las valoraciones sobre un objeto, sino impulsos corporales y necesidades fisiológicas. Aún menos se debe menospreciar su importancia para la acción social. Las pulsiones no siempre son un obstáculo para las acciones colectivas; por el contrario, necesidades fisiológicas como el hambre pueden ser fuente de fuertes motivaciones para organizarse.

En este punto se puede dar una definición provisional: las emociones son *estados corporales producidos por creencias y valoraciones del mundo*. Por tanto, poseen un grado de reflexividad y se separan de ser solo reacciones automáticas del cuerpo. Aclaremos más nuestra definición por términos. Las emociones son estados corporales, son manifestaciones que afectan el funcionamiento corporal y lo ponen en una determinada disposición. El funcionamiento de las emociones vincula varias partes del sistema nervioso como el hipotálamo, la amígdala, las capas corticales prefrontales, entre otras (Franks, 2006). Estas estructuras se encargan de generar estados viscerales y musculoesqueléticos producidos por evaluaciones de nuestro entorno. Algunos hallazgos de la neurobiología han demostrado que las estructuras nerviosas encargadas de las emociones y del razonamiento, lejos de ser componentes aislados y diferentes en nuestros cerebros, están fuertemente conectadas en múltiples niveles neurales (Damasio, 1994). De ahí que sentipensar no sea meramente una abstracción teórica, sino una descripción de nuestros procesos corporales.

En segundo lugar, se ha dicho que las emociones son producidas por creencias y valoraciones del mundo. ¿Qué son estas creencias y valoraciones? Las emociones siempre surgen y se desarrollan a partir de la aprehensión de un objeto, esto es, a partir del contenido que captamos del objeto y, fundamentalmente, de lo que este objeto significa para uno mismo. Por eso, hablamos de creencias (lo que captamos del contenido del objeto) y de valoración (lo que este objeto significa para uno mismo, es decir, la realidad del objeto con respecto a quien lo aprehende). Nos acercamos a la definición cognitivo-evaluadora de Nussbaum (2008). Para ella las emociones son “evaluaciones o juicios de valor, los cuales atribuyen a las cosas y a las personas que están fuera del control de esa persona una gran importancia para el florecimiento de la misma” (Nussbaum, 2008, p. 24). En esta definición, los juicios son asentimientos de una apariencia. Es decir, son la aceptación de que la apariencia percibida de un objeto es verdadera. En nuestros términos diríamos que un juicio es una aprehensión de realidad que es aceptada por el sujeto aprehensor como cierta. Lo fundamental de estos juicios que caracterizan a las

emociones es que son evaluadores, en tanto valoran la importancia que una parte del mundo tiene en el esquema de objetivos y proyectos del sujeto evaluador. Es decir, señalan el valor del objeto aprehendido para quien aprehende.

Retomemos el ejemplo del apartado anterior: si al encontrarme con un perro en la calle me doy cuenta de que este no es cualquier perro, sino *mi* perro, aquel con el que vivo hace diez años y que hace un par de semanas se había extraviado, muy seguramente me embargará la alegría y el alivio, pues he recuperado una parte del mundo muy importante en mi vida que creía perdida. La alegría y el alivio experimentados en este caso serían la expresión del valor que tiene este perro en particular para mí. Si, por el contrario, este perro con el que me cruzo es un ser completamente ajeno a mi esquema de proyectos y objetivos, al que solo aprehendo como un perro más, ninguna emoción tendrá lugar. El perro quedará aprehendido primordialmente, pero no será aprehendido de manera emocional, pues no tiene ningún valor para mí.

De lo anterior se desprende que las emociones son relacionales, en cuanto expresan los vínculos del sujeto emocional con el mundo. Los juicios evaluadores que definen a las emociones no son solo sobre el objeto aprehendido en sí mismo, sino fundamentalmente sobre el papel que uno mismo se asigne o les asigne a otros/as frente a él. Esto quiere decir que las emociones no son producidas inherentemente por el contenido de un objeto, sino por el vínculo que uno establece con él, dentro de un marco de relaciones más amplias en las que uno se encuentra inmerso.

De esta manera, la definición de Nussbaum (2008) camina en el sentido de la búsqueda sentipensante en la que nos hemos embarcado. Sin embargo, es necesario realizar una modificación importante, pues niega parcialmente el carácter sentiente de las emociones. Nussbaum (2008), a la par que reconoce que las emociones están acompañadas por modificaciones o excitaciones corporales, insiste en definir las exclusivamente en términos de los juicios evaluadores. En esta medida, las emociones son únicamente actividades cognitivas de procesamiento de información, de evaluación del mundo, y las sensaciones o modificaciones corporales son un producto de esta actividad, pero no se confunden con ella, no son un elemento necesario para su definición (Nussbaum, 2008, p. 88).

Sin embargo, en este asunto Nussbaum (2008) se contradice al definir paralelamente a las emociones como “levantamientos del pensar”, metáfora mediante la que señala que los juicios que caracterizan a las emociones no son estáticos y fríos, sino que son dinámicos, pues el

pensamiento se inviste de propiedades cinéticas que afectan al cuerpo (Nussbaum, 2008, p. 68). Al referirse a la aflicción producida por la muerte de su madre, la autora señala:

Quando me aflijo, no empiezo por admitir fríamente la proposición “Mi maravillosa madre ha muerto”, y a continuación me dispongo a afligirme. No; el reconocimiento real, pleno, de ese terrible hecho [...] es el levantamiento. Es como lo he descrito: como sentir un clavo en el estómago [...] Si me levanto para aceptar la imagen de muerte, si la incorporo como la manera de ser de las cosas, es en ese preciso instante, en ese mismo acto cognitivo, cuando introduzco el clavo del mundo en mis entrañas. *No es una preparación para el levantamiento, es el levantamiento mismo.* (Nussbaum, 2008, p. 68, énfasis añadido)

El “levantamiento” que caracteriza a las emociones denota la conmoción, la excitación y la agitación corporal, la manera como nuestro cuerpo se ve afectado por los juicios evaluadores (el clavo en el estómago). En este sentido, las emociones son actos cognitivos que se caracterizan esencialmente por manifestarse corporalmente –por el levantamiento–. La aflicción que experimentó Nussbaum (2008) por la muerte de su madre no es solo un estado corporal penoso, es, a la vez, un acto cognitivo en el que se reconoce que se ha perdido a un ser valioso. Así, no se trata de dos actos sucesivos (primero el acto cognitivo y luego el acto sensible/corporal) que se siguen uno del otro, sino de dos momentos de una misma capacidad: la capacidad de sentipensar. En esta medida, ¿por qué tendríamos que expulsar lo corporal de lo que es la emoción y relegarlo a ser un efecto de esta, que puede estar o no presente?

Hay que conceder que no se pueden limitar las emociones a estados corporales específicos, precisamente por la diversidad de nuestros cuerpos y por nuestras diferencias culturales. Expresamos y sentimos corporalmente nuestras emociones de manera muy diferente: cuando estamos tristes, unos-as lloramos y otros-as no. Pero de esto no se sigue que los cambios corporales no sean necesarios en las emociones ni que no hagan parte de lo que estas son. De ahí que solamente a partir de una concepción sentipensante, que realice una ruptura con el pensamiento binario occidental, se puede comprender a las emociones de una manera más adecuada y amplia, permitiendo el despliegue de esta unidad entre lo cognitivo y lo corporal.

Por lo anterior, las emociones constituyen lo que Bericat (2012) denomina una conciencia corporal: “la manifestación corporal de la

relevancia que para el sujeto tiene algún hecho del mundo natural o social” (Bericat, 2012, p. 2). Las emociones son una forma de experimentar el mundo que involucra esencialmente a nuestro cuerpo con lo que logramos captar acerca de lo que la realidad es. En otros términos, es una manera como la realidad se nos presenta cargada de valor y nos afecta. De tal forma, desde la perspectiva sentipensante las emociones se pueden definir como *corporalizaciones de creencias evaluadoras* o *juicios de valor encarnados*. Bien sea que se haga énfasis en su momento sentiente o en su momento pensante, respectivamente, ambas definiciones denotan exactamente lo mismo.

He señalado que las emociones son un tipo específico de sentipensar, pues evidencian la dependencia del sentir y el pensar en su estructura. No las podemos concebir sin los juicios que las fundamentan, pero tampoco sin la conmoción corporal que las caracteriza, pues ambas partes son sus constituyentes. No son puro sentir, libre de cualquier proceso cognitivo; pero tampoco son puro pensar, pues todo pensamiento se origina en una aprehensión sensible del mundo y lo que caracteriza a las emociones es su “quedar” como sensaciones corporales. Igualmente, se diferencian de otros tipos de sentipensar, como la aprehensión primordial a la que nos referimos en el apartado anterior, porque implican una labor de interpretación de la realidad en la cual le otorgamos valor a los objetos que aprehendemos con respecto a nosotros-as mismos-as y este valor se manifiesta corporalmente.

Ahora bien, como señalé anteriormente, existen diferentes grados de elaboración de las creencias y valoraciones que constituyen las emociones. Estos diferentes grados de reflexividad, determinan los diferentes tipos de emociones y su forma de ser incorporadas en quien siente. Las creencias que dan lugar al miedo que surge cuando de repente alguien me asusta, no tienen el mismo grado de elaboración que las que originan el amor por una pareja. En el primer caso, mi miedo es un sentipensamiento rápido en el que aprehendí un peligro potencial del mundo que ponía en riesgo mi existencia y se activó una respuesta corporal para repelerlo. Este miedo puede ser disipado fácilmente si me doy cuenta de que esta persona que me asusta solo está bromeando conmigo y que mi primera aprehensión no correspondía con la realidad. Aquí se trata de creencias poco elaboradas y que no son incorporadas de manera profunda.

Por su parte, el amor por una pareja requiere de creencias más agudas con respecto a las cualidades del ser amado y a su importancia, pues implica procesos de aprehensión más prologados que terminan

volviendo a este ser profundamente valioso para quien lo aprehende. Estas creencias y valoraciones generalmente son incorporadas profundamente en quien ama, lo que hace que sea más difícil que el amor desaparezca rápidamente. De acuerdo con la clasificación de Jasper ya señalada, en el primer caso estaríamos frente a una emoción refleja, mientras que en el segundo se trata de una orientación afectiva.

A pesar de que las emociones tienen un carácter localizado en el individuo, se ha señalado que son relacionales (Nussbaum, 2008). Las emociones son construcciones sociales y, como tal, son formadas por las relaciones sociales en las que se encuentran inmersos nuestros cuerpos. En este sentido, se constituyen dentro de universos simbólicos que le otorgan sentido a nuestra perspectiva de la realidad, al emerger en medio de una trama de significados, valores, ritualidades, vocabulario, etc., que ofrecen un marco interpretativo a los actores para percibir y experimentar su entorno. Esta trama es lo que Luna y Mantilla (2018) llaman cultura emocional, la cual:

Modula la intensidad y otorga cualidades morales a la experiencia emocional, también delimita el objeto y la forma de las reacciones emocionales en relación al contexto y la situación donde son expresadas, sea en el ámbito público y/o el privado. (Luna y Mantilla, 2018, p. 25)

De ahí que las emociones no sean exclusivamente el resultado de procesos biológicos automáticos, sino que sean expresiones de cómo le otorgamos valor a la realidad a partir del marco cultural en el que nos constituimos como sujetos sociales.

Las expresiones faciales y corporales desplegadas con las emociones varían entre diferentes culturas, así como las valoraciones sobre la “legitimidad” de estas expresiones en diferentes contextos y sobre los objetos que las producen. Por esto, las emociones están ritualmente organizadas y funcionan como códigos de reconocimiento y comunicación social (Le Breton, 2012). Reír a carcajadas puede estar bien para una fiesta, pero puede ser mal visto en un funeral. Es necesario, entonces, trascender la dimensión individual de las emociones y pensar en sujetos colectivos y la interacción entre estos para entender que existen sentires grupales que enmarcan y forman esta aprehensión individual del mundo. En este sentido es que se puede comprender que el esquema de objetivos de los individuos y, por tanto, el valor que le otorgan a objetos del mundo, se corresponde con las estructuras sociales que conforman su sociedad (Elías, 2012). Lo que los sujetos persiguen y consideran valioso depende

del marco cultural e histórico en el que sentipiensan. Un título nobiliario puede significarlo todo en las altas cortes francesas del siglo XVII, pero no significa mucho en la Colombia del siglo XXI.

Igualmente, se debe considerar que el lenguaje forma a las emociones en la medida que no solamente sirve como un canal de expresión del mundo afectivo de los individuos, sino que, a la vez, modela la misma experiencia emotiva de los sujetos al establecer categorías lingüísticas que delimitan sus sensibilidades, lo que implica otorgar sentidos determinados a la experiencia emotiva. En el marco de las sociedades occidentales actuales, por ejemplo, referirse a la aflicción como “tristeza” o “depresión” tiene implicaciones diferentes. En este sentido, tal y como lo plantea Reddy (2004), las afirmaciones emocionales tienen un carácter tanto descriptivo como performativo, pues a la vez que sirven como canal de expresión, forman la realidad que enuncian.

En síntesis, las emociones son construcciones simbólicas de sentido (Guerrero, 2010), que, lejos de tener un carácter universal, son el resultado de contextos culturales particulares. Al ser indicativos de la comunicación social y al estar modeladas por las estructuras valorativas dominantes, las emociones son modos de afiliación a una comunidad social (Le Breton, 2012). Justamente, es este carácter social de las emociones el que nos permite comprender su vínculo con el poder, pues tal y como fue planteado anteriormente, el universo simbólico en el que sentipensamos y en el que se producen las emociones está marcado por las luchas entre diferentes actores por posicionar su perspectiva del mundo como hegemónica. En eso se concentrará la siguiente parte.

### 3. Emociones y poder

Hasta aquí se ha construido una definición de las emociones como sentipensamientos y se han precisado los elementos centrales de esta definición. Uno de ellos ha sido el de ser constituidas en medio de los vínculos que el sujeto sintiente establece con el mundo. Este carácter relacional hace que las emociones –tal como el sentipensar– estén socialmente condicionadas por la cultura y las condiciones materiales de existencia, que a su vez están estructuradas por las relaciones de poder. Por esto, he señalado que las emociones emergen dentro de los universos simbólicos en los cuales se encuentran inmersos los individuos. Estos universos son el resultado de una relación dialéctica entre las fuerzas de diferentes actores por volver hegemónica su perspectiva de

la realidad y su propia interpretación del mundo, imponiéndola a otros actores. En términos políticos, estas perspectivas organizan los elementos que constituyen el mundo y establecen una serie de regulaciones normativas sobre las relaciones entre ellos (las políticas de los cuerpos/emociones son un ejemplo de esto). Este ordenamiento, al materializarse en instituciones y crear un orden político consecuente que adquiere perdurabilidad y estabilidad, habilita el ejercicio del poder para unos y lo dificulta para otros.

Cualquier tipo de hegemonía cultural que sustente un régimen político requiere de un estilo normativo de manejo emocional (Reddy, 2004, p. 121). Es decir, de una serie de regulaciones sobre el mundo emocional de los individuos que permitan la reproducción de la perspectiva de mundo que las sustenta. Por supuesto, estas regulaciones autorizan ciertas emociones y restringen otras, lo que a su vez implica aceptar o reprimir ciertos despliegues afectivos. Las regulaciones a las que aludimos funcionan a partir del esquema de interpretación de la realidad de los individuos o lo que se ha denominado anteriormente como dispositivos de regulación de las sensaciones (Scribano, 2013).

Para el caso de las emociones, los dispositivos de regulación de las sensaciones pueden ser analizados mediante lo que Hochschild (1979) ha denominado *reglas de enmarcamiento* y reglas de sentir. Las reglas de enmarcamiento se refieren a una serie de normas que definen la manera en la que se le otorgan definiciones o significados a situaciones concretas (Hochschild, 1979). En este sentido, se refieren directamente a los esquemas perceptuales que señala Scribano (2013). Las reglas de sentir, por su parte, se refieren al conjunto de guías socialmente compartidas, pero a menudo latentes, que dirigen cómo debemos sentir en una determinada situación (Hochschild, 1979). En este caso, las reglas de sentir son “guías para la evaluación de la pertinencia [*fits*] o impertinencia [*misfits*] entre un sentimiento y una situación” (Hochschild, 1979, p. 566). En ambos casos, los individuos y los grupos sociales las asumen, en diferentes grados, como pautas que se ven obligados a seguir en sus prácticas, ya sea para cumplirlas o para desafiarlas.

Como he mencionado, la definición de lo que es socialmente permitido está condicionada por el sentido común predominante en una sociedad, que es el resultado de los conflictos entre diversas maneras de concebir el mundo. En este sentido, los diferentes grupos que conforman un conjunto social establecen disputas en determinados periodos históricos para asegurar la legitimidad de sus reglas de enmarcamiento y de

sentir (Hochschild, 1979). En el largo plazo, estas luchas por la hegemonía y la posible victoria de un grupo sobre otro llevan a la difusión de las reglas de sentir y de enmarcamiento particulares de una agrupación en el conjunto de la sociedad y, por ende, a la imposición de estas reglas sobre otros grupos. En estos casos, estas reglas terminan conformando una serie de estructuras que permiten y posibilitan el libre curso de ciertos sentimientos. Además, castigan las desviaciones individuales y colectivas a estas reglas, así como los intentos de emancipación de estas (Elías, 2012, p. 148). Estos castigos pueden ir desde la ruina y la degradación social, hasta el uso de la fuerza física.

En este punto es necesario introducir una aclaración analítica: no se debe confundir las prescripciones que una sociedad o un grupo social establece con respecto a la manera “adecuada” de sentir una emoción, con las emociones efectivamente experimentadas por los sujetos (Stearns y Stearns, 1985). A pesar de que las disputas entre actores generan la imposición de prescripciones sobre las definiciones y los significados de determinados objetos, así como la manera como estos objetos deben ser sentidos, más que ser determinantes emocionales, estas prescripciones se convierten en condicionantes del sentipensar, frente a los cuales los colectivos e individuos se definen singularmente. Si esto no fuera así, no habría posibilidades para el conflicto ni para las luchas por el sentido común predominante, pues la visión de mundo de los actores y su capacidad de sentipensar estarían completamente determinadas por su lugar en la estructura social, de manera que los actores que ocupan una posición de subordinación solo podrían limitarse a reproducir la perspectiva de la realidad de los grupos dominantes. Por esta razón, debemos entender las reglas de enmarcamiento y de sentir –o en conjunto, los dispositivos de regulación de las sensaciones– como unos márgenes que los individuos y los grupos sociales siguen en muchas ocasiones, pero que también traspasan. Por esta capacidad de traspasar estos límites es que estas reglas no son inmutables, sino que son modificables y están en constante transformación.

Si las emociones son el resultado de la disputa en torno a la manera en la que se le otorga sentido al mundo, es fundamental analizar su estrecha relación con el poder. Para ello es necesario partir de una concepción de este último que justamente nos permita analizar la influencia de las reglas sociales sobre las emociones, pero que también permita conservar la agencia individual y colectiva en su formación. Para esto, acudiré a lo planteado por Múnnera (1998) quien señala que el poder es el

“ejercicio social de la fuerza” (Múnera, 1998, p. 96). En este caso, la fuerza no es entendida solo como coacción física, como violencia, sino como una serie de energías que están a disposición de los actores y que pueden ser materiales o inmateriales (armas, dinero, saber, símbolos, reglas, reconocimiento, etc.). Estas fuerzas son ejercidas por unos actores sobre otros con el fin de alterar el sentido de su praxis, es decir, el significado que le otorgan a sus prácticas. La alteración, de ser coronada con éxito, se realiza de acuerdo con los intereses de quien ejerce la fuerza (Múnera, 1998). Así, por medio del poder, se puede lograr que un actor haga algo que de otra manera no haría; conseguir que no haga algo que de otra manera sí haría; o formar directamente el sentido que le otorga a su práctica como punto de partida al internalizar como propias las limitaciones y habilitaciones que al actor dominante le impone (Múnera, 1998).

En esta medida, el sentipensar está en el centro de las relaciones de poder pues la manera en la que los actores le otorgan sentido a su *praxis* es una forma de aprehender la realidad, de aprehender el lugar de su práctica y de sí mismos en el mundo. Las emociones, como sentipensamientos valorativos, son protagonistas de este pulso de fuerzas, pues son una forma en la que le otorgamos significado a la realidad. Por eso, los actores políticos intentan formar y reorientar el mundo emocional de los sujetos, de manera que sea funcional a sus propios proyectos de sociedad.

En este punto podemos preguntarnos: ¿cómo las relaciones de poder influyen sobre las emociones? Lo hacen principalmente en cuatro aspectos. En su *producción*, el poder condiciona las creencias y valoraciones sobre el objeto sentido, así como el papel que uno se autoasigna y les asigna a los otros frente al objeto. Así, algunos actores pueden buscar generar o evocar una emoción en otro actor sobre el que quieren ejercer el poder, influenciando directamente el proceso de aprehensión de la realidad. Esto está estrechamente relacionado con lo que denominamos reglas de enmarcamiento, pues lo que aquí está en juego son las creencias alrededor del contenido del objeto y los significados que se le otorgan. Estas creencias no son solo sobre objetos del entorno, sino también sobre el papel que uno mismo ocupa en el mundo.

En este primer aspecto lo fundamental es que los actores despliegan las fuerzas a su disposición, para imponer a otros una percepción del mundo que sea incorporada como verdadera. Aquí se hace énfasis en las definiciones que ciertos objetos tienen y cómo estos deben ser valorados. Tal es el caso de las subjetividades construidas en medio de las relaciones coloniales. Fanon (2009), por ejemplo, señalaba cómo la figura

del “negro”, construida por el orden colonial impuesto en Martinica, fue construida como un objeto fobógeno; es decir, una alteridad peligrosa e inferior a lo blanco (Fanon, 2009). La internalización de este esquema mental por parte de los cuerpos racializados llevó a la construcción de un sentimiento de inferioridad basado en el color de la piel, en cuanto lo “negro” se consideraba un estigma que estructura todas las dimensiones de la vida y que, a su vez, se tradujo en sentimientos de vergüenza y desprecio por sí mismo (Fanon, 2009). En este caso, la asociación de ciertas características con el fenotipo de los individuos alimenta la construcción de una categoría racial que, mediante la producción de ciertas emociones, fija las subjetividades de los actores al orden social dominante.

El segundo aspecto en el que el poder influencia a las emociones es su *conservación*. Las relaciones de poder pueden petrificar los procesos de aprehensión de la realidad. De esta manera, no solo basta con la generación de determinadas creencias y valoraciones sobre un objeto que son corporalizadas, sino que es necesario reforzar dichos juicios puesto que, como vimos, el sentipensar es reflexivo y esto le da un carácter dinámico. Por esa razón, las relaciones de poder pueden tener como objetivo bloquear nuevos procesos de aprehensión que permitan profundizar sobre lo ya aprehendido o bien influir para que estas nuevas aprehensiones se muevan estrictamente dentro de los límites de las reglas de enmarcamiento y de sentir predominantes. Esto, por supuesto, requiere que quien ejerza el poder despliegue una serie de acciones para mantener las desigualdades en los recursos de los actores y/o para reforzar las creencias iniciales sobre el objeto y las relaciones entre los sujetos. Scribano (2012), por ejemplo, ha señalado cómo a partir de los denominados mecanismos de soportabilidad social, definidos como un “conjunto de prácticas hechas cuerpo que se orientan a la evitación sistemática del conflicto” (Scribano, 2012, p. 100), se naturaliza la explotación de los trabajadores en el capitalismo, de manera que la clase obrera termina viviendo sus tormentos y despojos como una cruel fatalidad (Scribano, 2013). De igual forma, se puede concebir aquella actitud de abnegación de grupos sociales explotados e inferiorizados, que ven su propia situación como el orden natural del mundo o como el designio de alguna autoridad divina. En este sentido, ciertas prácticas religiosas pueden reforzar las relaciones de poder vigentes, al justificar frente a los individuos subalternizados las jerarquías sociales en las que se encuentran inscritos.

La *expresión* es el tercer aspecto en el que las emociones y el poder están relacionados. Lo que más arriba denominé como reglas de sentir

no solo tiene que ver con prescripciones sobre qué debe sentirse en una determinada situación –lo que de paso establece el cuándo y el dónde–, sino que asimismo se refiere a regulaciones sobre cómo lo que se siente debe ser exteriorizado. Por ende, las relaciones de poder vigentes en un determinado momento condicionan las “formas adecuadas” de expresar una emoción, lo que se refiere tanto a lo que debe ser expresado como a lo que debe ser reprimido. Como en los dos aspectos anteriores, estas prescripciones están directamente ligadas con las posiciones sociales que se ocupan en las jerarquías sociales, lo que hace que las exigencias sobre la expresión emocional varíen entre grupos sociales.

En uno de los trabajos pioneros de la sociología de las emociones, Hochschild (2003) estudió cómo algunas aerolíneas estadounidenses preparaban al personal de vuelo (mayormente mujeres) con una estricta regulación sobre su despliegue emocional frente a los usuarios (siempre con una sonrisa, conservando la calma, etc.). Muchas de las formas de trabajo contemporáneo que se ocupan justamente de la labor de atención al público, ponen de presente esta clase de regulaciones sobre la expresión afectiva. En estos casos, las emociones terminan siendo mercantilizadas, pues a las-os trabajadoras-es se les termina pagando justamente por esta labor de manejo emocional (Hochschild, 2003), lo que hace que se vuelva una obligación consustancial al cargo. Por supuesto, una falla en la labor de manejo emocional puede ser sancionada incluso con la pérdida del empleo, por lo que las expresiones en esta clase de trabajos terminan siendo orientadas por quienes dirigen las empresas y no por los sujetos que las experimentan y las llevan a cabo; de ahí su relación con el poder.

Finalmente, un cuarto aspecto para tener en cuenta es el de la *transformación* de las emociones. Lo fundamental aquí es la dialéctica entre la dominación y la resistencia: mientras que los actores que ejercen la dominación intentan reforzar el cumplimiento de las reglas de enmarcamiento y de sentir, los actores que resisten a este ejercicio luchan por romper los límites de estas reglas y posibilitar nuevas aprehensiones de realidad, y, por ende, otras emociones. Por esto, el ejercicio de la resistencia siempre intenta llevar a reenmarcamientos cognitivos y emocionales, que generen la producción, la supresión y/o la superposición de emociones. Tal ha sido el caso de movimientos sociales que intentan luchar contra el estigma de ciertas identidades colectivas que han sido subordinadas. Este es el caso del movimiento LGBTI y los movimientos afrodescendientes, que para esto despliegan ciertas estrategias para

reemplazar la vergüenza (por ser gay, lesbiana, trans, negro-a, etc.) con orgullo (de ahí la idea del “orgullo LGBTI” o del “*Black is beautiful*” del movimiento afro en los Estados Unidos).

El análisis de estos cuatro aspectos nos revela el carácter doble de las emociones con respecto al poder. Son un *producto* del poder ya que son generadas intencionalmente por quienes intentan ejercerlo para ganar obediencia o por quienes se resisten para impugnar este ejercicio. Asimismo, las emociones son su *sustento* ya que, por medio de la internalización de los esquemas mentales hegemónicos, ayudan a la reproducción de asimetrías entre los actores y contribuyen a la inacción por parte de quienes son dominados. En este sentido, las emociones están constituidas por el poder y, a su vez, son constituyentes del mismo. Por eso, así como nos preguntamos cómo las relaciones de poder influyen en las emociones, debemos formular la cuestión inversa: ¿qué papel juegan las emociones en las relaciones de poder?

Las emociones implican una modificación del estado corporal, son una manera en la cual el mundo afecta al sintiente, como el mundo se le impone por medio de un significado que el sujeto le asigna y corporaliza. Esto tiene tres consecuencias fundamentales para hablar de la influencia de las emociones en las relaciones de poder. La primera es que, como en toda aprehensión, las emociones “quedan” en quien las siente. Esta forma de quedar es lo que Damasio (1994) ha denominado el “sistema de marcadores somáticos”, refiriéndose a la serie de sensaciones corporales que son almacenadas en nuestra memoria y que son desencadenadas por la previsión de los resultados de un escenario futuro. Las emociones se arraigan como representaciones disposicionales, las cuales vinculan un juicio específico con un determinado estado corporal (Damasio, 1994, p. 206). Estas se despliegan cuando el sujeto se encuentra frente al mismo objeto o a uno similar, lo que activa los estados corporales asociados a este objeto: los marcadores somáticos. Así, la manera como le damos valor al mundo se inscribe en nuestros cuerpos como mecanismos que seguirán reproduciéndose a futuro, reactivados en situaciones nuevas de aprehensión o en la imaginación de esas nuevas situaciones.

La forma como nos emocionamos proviene de aprehensiones pasadas que incorporamos en nuestro ser y que nos disponen a actuar o no actuar en el mundo, de una manera u otra. Esta es una suerte de memoria corporal-emocional que puede contar con diferentes horizontes y profundidades. Por lo anterior, podemos referirnos a estas representaciones disposicionales y al sistema de marcadores somáticos como la vía

de incorporación de los dispositivos de regulación de las sensaciones, en cuanto implican la corporalización de las regulaciones en torno a las formas adecuadas e inadecuadas de sentipensar. De ahí que sea en esta dimensión donde podamos señalar que los individuos no solamente son coaccionados por otros actores para cumplir con las expectativas sociales en torno a sus emociones, sino que ellos mismos se autocoaccionan al internalizar justamente estas reglas y crear un aparato de autocontrol automático (Elías, 2011, p. 452).

Veamos un ejemplo hipotético relacionado con la violencia de género: si una mujer es sometida a tratos violentos por parte de su esposo cada vez que sale de su casa sin consultárselo, causándole un profundo dolor, es probable que esta mujer desarrolle la representación disposicional entre regresar a su casa, luego de haber salido sin consultarle a su esposo, y este estado doloroso. Es decir, que cada vez que realice esta misma acción va a sufrir este mismo dolor. Esta representación puede conducirla a decidir pedirle permiso a su marido cada vez que salga para evitar este estado corporal penoso causado por sus golpes. En este caso el esposo habrá ganado su obediencia y una relación de dominación se habrá establecido. Por supuesto, la mujer también puede preferir romper la relación con su esposo, desatándose un proceso de emancipación. Igualmente, puede optar por enfrentarse a él cada vez que regresa para evitar ser golpeada o denunciarlo, por lo que estaríamos frente a un proceso de resistencia. Asimismo, podría tratar de dialogar con su marido y persuadirlo de que no la golpee en el futuro, por lo que podría entablarse un proceso de negociación. El punto aquí es que, a pesar de las múltiples opciones a su disposición, la decisión estará originada en la representación disposicional generada en primer lugar, en la que se incorporó una asociación entre un estado corporal y una situación particular.

La segunda consecuencia derivada de este carácter de las emociones, como la manera en la que el mundo afecta al sintiente, es que se concentra la atención en una parte de la realidad, lo que implica otorgarle protagonismo sobre otros aspectos y resaltar algunas características del mundo mientras se atenúan otras. Concentrar la atención sobre un objeto lleva al sujeto aprehensor a profundizar en su aprehensión en diferentes grados, produciendo así nuevas aprehensiones de mayor elaboración. Esto puede ocasionar cambios en las relaciones entre el objeto sentido, uno mismo y los-as otros-as. Esta generación de nuevas aprehensiones puede ser un proceso guiado, en el que un actor despliega los recursos a su disposición sobre otros actores para posibilitar nuevas aprehensiones

sobre determinados objetos del mundo, para conservar las aprehensiones existentes o para transformarlas. Claramente, este proceso solo se da a partir de las emociones ya existentes, que pueden facilitar o dificultar los procesos de reaprehensión propuestos por los actores, lo que dependerá en buena medida de la profundidad con la que estas hayan sido incorporadas.

Muchos movimientos sociales utilizan algunos repertorios de acción para llamar la atención de la sociedad en un aspecto en particular y generar reaprehensiones sobre situaciones que son consideradas problemáticas y necesitan ser transformadas. En Colombia, por ejemplo, el Movimiento de Víctimas de Crímenes de Estado (MOVICE) ha desarrollado galerías de la memoria en lugares públicos de Bogotá, donde se muestran fotografías e historias de víctimas con el objetivo de despertar empatía y, por esta vía, visibilizar la existencia de crímenes de Estado, además de transformar la cultura política constituida en torno al conflicto armado (González, 2015).

Derivada de las dos anteriores, la tercera consecuencia es que el marco de relaciones establecido entre el objeto, uno mismo y los otros, ejerce influencia sobre la agencia, entendida como la capacidad de actuar, de desplegar energías sobre el mundo. Esta es una influencia no solo sobre “creerse” agente, sino primordialmente sobre “sentirse” agente, capaz de actuar y desplegar energías sobre el mundo. Lo anterior es de vital importancia puesto que mucho del mantenimiento de las relaciones de dominación de un grupo sobre otro se ha sustentado en el establecimiento de visiones de mundo que erigen a unos como superiores sobre otros considerados inferiores. Estas concepciones adquieren materialidad en las subjetividades de los seres humanos que, a menudo, asumen estas visiones como propias, lo que tiene efecto en el mundo emocional. Como plantea Bolívar (2006), el lugar que los actores sociales se atribuyen en una jerarquía viene acompañado de una valoración emocional sobre el propio grupo, y el establecimiento de unas relaciones afectivas con los otros y el orden social

Kate Millet (2019) una de las intelectuales feministas más importantes del siglo XX, relata en *Viaje al manicomio* su experiencia al dejar de tomar litio como tratamiento para la depresión manícodepresiva con la que fue diagnosticada. Millet (2019) señala que este acto representó para ella una liberación, en términos de rebelarse contra el estigma por ser declarada una enferma mental y cesar la carga emocional con la que son investidos los trastornos mentales en las sociedades occidentales (Millet,

2019, p. 151). En este caso, la propia Millet señala que hay una complicidad emocional (encarnada en la vergüenza) al aceptar el diagnóstico y el tratamiento y entenderse a sí misma como un sujeto enfermo/loco.

El hecho de sentirnos capaces o incapaces de actuar está estrechamente relacionado con una serie de emociones derivadas de nuestras creencias y valoraciones del mundo, además de quiénes somos en ese mundo. De esta manera, la forma en la que los actores le otorgan valor a la realidad depende del lugar que se otorguen a sí mismos en el mundo, de lo que consideran que están habilitados o limitados a hacer, de lo que pueden o no aprehender. Esta autoevaluación, a su vez, está condicionada por los recursos que tienen a su disposición. Así, actores con diferentes recursos, pueden aprehender un mismo obstáculo a su actuar desde la resignación o desde el coraje para vencerlo. Millet, por ejemplo, tenía ya muy claros los derechos de las personas que son diagnósticas con una enfermedad mental en los Estados Unidos. Por esta razón, las emociones nos pueden impulsar o inhibir a actuar.

Por estas tres razones las emociones son productoras de subjetividades, ya que al ser la manera en la que se le otorga valor a la realidad y esta afecta al sintiente, este se descubre a sí mismo como sujeto que aprehende, esto es, como sujeto sentipensante con un lugar particular en el mundo. Las subjetividades resultantes de la manera como sentipensamos el mundo pueden ser funcionales al mantenimiento de las relaciones de poder o a su transformación. Asimismo, pueden ser funcionales a las reglas de enmarcamiento y de sentir predominantes o pueden trascender sus límites, posibilitando la aprehensión de nuevas realidades. Por esto, las emociones pueden producir sujetos actuantes o sujetos sujetos. De ahí que la dimensión emocional de las subjetividades sea un campo de lucha entre diferentes actores.<sup>5</sup>

---

5 Flam (2006) desarrolló un esquema analítico para comprender esta dinámica en torno a la dimensión emocional de las luchas sociales y estableció un marco conceptual que enfrenta las emociones cemento con las contraemociones subversivas. Por cuestiones de espacio no puedo detenerme aquí en esta propuesta. Sin embargo, puede verse Robayo (2019).

## Conclusiones

Desde la perspectiva sentipensante que he adoptado, las emociones son juicios de valor encarnados, constituidos por creencias sobre los objetos que aprehendemos del mundo, el valor que le otorgamos a esos objetos en nuestro esquema de fines y objetivos y la modificación corporal que esta aprehensión genera. Por lo anterior, las emociones son reflexivas en diferentes grados y esto las diferencia de otras sensaciones corporales. Esta reflexividad se da en un marco relacional que señala nuestros vínculos con el mundo y el papel que nos asignamos en él. Por esta razón, las emociones están condicionadas por nuestras condiciones materiales de existencia y por la cultura que, a su vez, están estructuradas por las relaciones de poder.

Lo que sentimos se mueve en el margen de unas reglas de enmarcamiento y unas reglas de sentir, producto de la lucha entre diferentes grupos sociales en el seno de una sociedad por hacer hegemónicas sus visiones de mundo. Las emociones resultantes de estas luchas son incorporadas en quien sentipienso, de manera que pueden generar o inhibir nuevas aprehensiones, por un lado, y el despliegue de energías sobre el mundo para modificarlo, por el otro. Así, las emociones pueden producir subjetividades funcionales a la dominación o a la resistencia. Es por esta razón que las emociones de un sujeto son un rastro de los pulsos de fuerza en los que ha estado involucrado. Este carácter conflictivo es justamente lo que les otorga a las emociones un carácter profundamente político.

En este artículo construí una propuesta teórica para entender la relación entre las emociones y el poder, mediante la articulación de diferentes elementos conceptuales ofrecidos por diversas disciplinas. Justamente por ser una propuesta está abierta a la discusión, pues toda teoría se prueba en su capacidad analítica para entender a profundidad aspectos y fenómenos del mundo. La perspectiva que aquí desarrollé permite abordar a las emociones no solamente como el producto de las relaciones de dominación en una sociedad, sino también analizar cómo los individuos y colectivos pueden tomar distancia con respecto de esas relaciones y desarrollar formas de sentipensamiento que transformen sus vínculos. Igualmente, permite observar cómo las emociones pueden contribuir o dificultar los procesos de dominación y cambio social. En esta medida, la propuesta que presenté ofrece un marco de análisis amplio que podría ser utilizado en numerosos casos de estudio.

Por otro lado, la concepción de sentipensar que desarrollé no intenta cerrar de una vez y para siempre el debate alrededor de este concepto tan

popular. Por el contrario, el ejercicio realizado se constituye como un aporte para robustecer la discusión alrededor de esta noción. En particular, lo que planteé en este artículo apunta a hacer del sentipensar una base que nos permita salir del molde dicotómico heredado de nuestro legado occidental, considerando que en este concepto se encuentra en potencia una comprensión de los seres humanos y de los procesos sociales radicalmente diferente de las perspectivas hasta ahora dominantes.



## Reconocimientos

En este artículo se retoman, complementan y desarrollan aspectos planteados por el autor en dos de sus publicaciones “‘Que la paz no nos cueste la vida’: el trabajo emocional de los movimientos sociales frente a la guerra en Colombia” y “Sentipensar en medio de la guerra: el papel de las emociones en la experiencia del Consejo Regional Indígena del Tolima y sus comunidades (1998-2010)”.



## Alejandro Robayo Corredor

Politólogo y magister en Estudios Políticos de la Universidad Nacional de Colombia. Profesor ocasional del Departamento de Ciencia Política de la misma institución.

## Referencias

- Bericat, E. (2012). Emociones. *Sociopedia.isa*. Recuperado de <https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/47752/DOIEmociones.pdf>
- Bolívar, I. (2006). *Discursos emocionales y experiencias de la política. Las Farc y las AUC en los procesos de negociación del conflicto (1998-2005)*. Bogotá D.C.: Universidad de los Andes.
- Camps, V. (2011). *El gobierno de las emociones*. Barcelona: Herder.
- Damasio, A. (1994). *El Error de Descartes. La razón de las emociones*. Santiago de Chile: Andrés Bello.
- Descartes, R. (1997). *Las pasiones del alma* [Trad. J. A. Martínez y P. Andrade]. Madrid: Tecnos.
- Elías, N. (2011). *El proceso de civilización* [Trad. R. García]. Madrid: Fondo de Cultura Económica.
- Elías, N. (2012). *La Sociedad Cortesana* [Trad. V. Weiler]. Ciudad de México: Fondo de Cultura Económica.

- Flam, H. (2006). Emotion's map. En H. Flam y D. King (Eds.), *Emotions and social movements* (pp. 19-40). London: Routledge.
- Franks, D. (2006). The Neuroscience of Emotions. En J. Stets y J. Turner (Eds.), *Handbook of the Sociology of Emotions* (pp. 38-61). New York: Springer.
- Fanon, F. (2009). *Piel negra, máscaras blancas* [Trad. P. Moleón, I. Álvarez y A. Useros]. Madrid: Akal.
- González, D. (2015). *Memoria colectiva, emociones y cultura política: análisis de los actos públicos presentados por el Movimiento Nacional de Víctimas de Crímenes de Estado -Movice, Capítulo Bogotá* [Tesis de maestría]. Facultad de Ciencias Económicas, Instituto de Estudios Políticos y Relaciones Internacionales - IEPRI, Universidad Nacional de Colombia, Bogotá D.C. Recuperado de <https://repositorio.unal.edu.co/bitstream/handle/unal/54657/80774587.2015.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Gramsci, A. (1999). *Cuadernos de la cárcel*. Puebla de Zaragoza: Benemérita Universidad Autónoma de Puebla.
- Guerrero, P. (2010). Corazonar el sentido de las epistemologías dominantes desde las sabidurías insurgentes, para construir sentidos otros de la existencia (primera parte). *Calle 14*, 4(5), 80-94.
- Heaney, J. (2011). Emotions and Power: Reconciling Conceptual Twins. *Journal of Political Power*, 4(2), 259-277.
- Hochschild, A. (1979). Emotion work, Feeling Rules and Social Structure. *American Journal of Sociology*, 85(3), 551-575.
- Hochschild, A. (2003). *The Managed Heart. Commercialization of Human Feeling*. Los Angeles: University of California Press.
- Jasper, J. (2013). Las emociones y los movimientos sociales: Veinte años de teoría e investigación. *Revista Latinoamericana de Estudios sobre Cuerpos, Emociones y Sociedad*, 4(10), 46-66. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=273224904005>.
- Kemper, T. (2001). A structural Approach to Social Movements Emotions. En J. Goodwin, J. Jasper y F. Polleta (Eds.), *Passionate Politics: Emotions and Social Movements* (pp. 58-73). Chicago: University of Chicago Press.
- Lara, A. y Domínguez, G. (2014). Ciencia, teoría social y cuerpo en el Giro Afectivo: Esferas de articulación. *Quaderns de Psicologia*, 16(2), 7-25.
- LeDoux, J. (1999). *El cerebro emocional* [Trad. M. Abdala]. Barcelona: Planeta.
- Le Breton, D. (2012). Por una antropología de las emociones. *Revista Latinoamericana de Estudios sobre Cuerpos, Emociones y Sociedad*, 4(10), 67-77.
- Luna, R. y Mantilla, L. (2018). Desde la sociología de las emociones a la crítica de la Biopolítica. *Revista Latinoamericana de Estudios sobre Cuerpos, Emociones y Sociedad*, 9(25), 24-33.

- Maíz, R. (2010). La hazaña de la razón: la exclusión fundacional de las emociones en la teoría política. *Revista de Estudios Políticos*, (149), 11-45.
- Millet, K. (2019). *Viaje al manicomio* [Trad. A. Echevarría]. Barcelona: Seix Barral.
- Múniera, L. (1998). *Rupturas y continuidades. Poder y movimiento popular en Colombia 1968-1988*. Bogotá D.C.: IEPRI.
- Nussbaum, M. (2008). *Paisajes del pensamiento. La inteligencia de las emociones* [Trad. A. Maira]. Barcelona: Paidós
- Reddy, W. (2004). *The Navigation of Feeling. A framework for the History of Emotions*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Robayo, A. (2019). *Sentipensar en medio de la guerra: el papel de las emociones en la experiencia del Consejo Regional Indígena del Tolima y sus comunidades (1998-2010)* [Tesis de maestría]. Instituto de Estudios Políticos y Relaciones Internacionales (IEPRI), Universidad Nacional de Colombia, Bogotá D.C. Recuperado de <https://repositorio.unal.edu.co/bitstream/handle/unal/75701/Sentipensar%20en%20medio%20de%20la%20guerra.pdf?sequence=2&isAllowed=y>
- Scribano, A. (2012). Sociología de los cuerpos/emociones. *Revista Latinoamericana de Estudios sobre Cuerpos, Emociones y Sociedad*, 4(10), 91-111.
- Scribano, A. (2013). Cuerpos y emociones en El Capital. *Revista Nómadas*, (39), 29-45.
- Stearns, P. y Stearns, C. (1985). Emotionology: Clarifying the History of Emotions and Emotional Standards. *The American Historical Review*, 90(4), 813-836.
- Zubirí, X. (1980). *Inteligencia sentiente*. Madrid: Alianza.
- Zubirí, X. (1982). *Inteligencia y Logos*. Madrid: Alianza.
- Zubirí, X. (1983). *Inteligencia y Razón*. Madrid: Alianza.